

2023年工厂劳务外包协议(优秀7篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。那么演讲稿怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

演讲稿成长篇一

手握叉子时不要像握大提琴那样，或像握麦克佩斯夫人的匕首那样。另外，不要手握刀叉在空中飞来舞去用以强调说话的某一点，也不要将刀叉的一头搭在盘子上，一头放在餐桌上。刀叉一旦拿起使用，就不能再放回原处。刀子放在盘子上时，刀刃朝里，头在盘子里，刀把放在盘子边缘上。

2、餐巾

不要拿餐巾去用力擦脸的下部，要轻轻地沾擦。不要抖开餐巾再去折叠，不要在空气中像挥动旗子那样挥动餐巾。餐巾应放在大腿上，如果离开餐桌，要将餐巾放在椅子上，并把椅子推近餐桌。注意动作要轻。用餐结束时不要折叠餐巾；否则，不了解情况的服务生可能会再给别的客人使用。用餐结束时要将餐巾从中间拿起，轻轻地放在餐桌上盘子的左侧。

3、咀嚼

嚼东西时嘴要闭紧，无论你有什么惊人的妙语，时机多么恰到好处，只要嘴里有食物，绝不能开口说话。不能为了着急说话而将食物吞下，要保持细嚼慢咽的姿势，将食物咽下后会意地露出笑容，以转达你内心的活动：刚才完全可以有妙语出口，只是口中有食物。

4、坐姿

坐立要直，不要将胳膊肘支在餐桌上。如果手放在什么位置都不自在，放在大腿上。

5、面包

面包上抹黄油尤其要注意，将面包掰成可以一口吃下的小块，临吃前在小块上抹黄油，不要图方便将整个面包上都抹上黄油。

6、速度

切忌速度过快，无论你是场合，大口吞咽食物不仅有害健康，而且也不雅观，尤其是和他人共同进餐时，这么做会显得失礼。共同进餐时大家的量应该一样，并保持同时开始同时结束的速度，别人都开始品味甜食了而你还在喝汤是不可取的。

7、剔牙

如果塞了牙，切忌在餐桌上剔牙，如果的确忍受不住，找个借口去洗手间，你可以在那里剔个够。

8、口红

将口红留在餐具上是不可取的，工作用餐尤其如此。如果没有随身携带纸手帕，进酒店时可以顺便到洗手间去一趟，或到吧台去取块纸餐巾。

9、吸烟

即使在吸烟区用餐，用餐期间吸烟也不可取，吸烟会影响他人的食欲，而且和整个气氛也不和谐，应该等到用餐结束后再吸烟，还应记住：不要用盘子当烟灰缸。

10、物品

女用手提包及男用手提箱这类东西不要放在餐桌上，钥匙、帽子、手套、眼镜、眼镜盒、香烟等物品都不要放在餐桌上。总之，凡是和用餐无关的东西都不能放在餐桌上。

演讲稿成长篇二

招待客人进餐时，必须判断上、下位的正确位置，以下的座位是上位：窗边的席位、里面的席位上、能眺望美景的席位上。

安排座位时，请客人先入座；和上司同席时，请上司在身旁的席位坐下，你应站在椅子的左侧，右手拉开椅子，而且不发出声响。

还有，预订场地时，应交待店方留好的位置，不要厕所旁或高低不平的角落。

餐桌礼仪

中华料理一般都使用圆桌，中间有圆形转盘放置料理，进餐时将喜欢的菜夹到面前的小碟子享用。

中华料理的餐桌礼仪基本上很简单、自在，最不受拘束。只要留意以下要点即可。

1. 主客优先。主客还未动筷之前，不可以先吃；每道菜都等主客先夹菜，其他人才依序动手。
2. 有人夹菜时，不可以转动桌上的转盘；有人转动转盘时，要留意有无刮到桌上的餐具或菜肴。
3. 不可一人独占喜好的食物。

4. 避免使用太多餐具。中华料理的精神就是边吃边聊，众人同乐，只要遵守基本礼仪，可以尽情地聊天。

餐桌上的话题

1. 天气、气候。这是英国人的习惯，在火车上遇到同车等人，必定由天气展开话题。

2. 嗜好。以国家或人群之分的嗜好是最佳交际话题。

3. 新闻报导。尽管每天不同，但是特则新闻几乎都有几万人以上看到过。

4. 故乡，出身学校。有可能因而找到同乡，拉近彼此间等距离。

我国古代就有所谓的站有站相，坐有坐相，吃有吃相，睡有睡相。这里说的进餐礼仪就是指吃相，要使吃相优雅，既符合礼仪的要求，也有利于我国饮食文化的继承和发展。

等。

第二，进餐时，先请客人、长者动筷子，加菜时每次少一些，离自己远的菜就少吃一些，吃饭时不要出声音，喝汤时也不要发出声响，最好用汤匙一小口一小口地喝，不宜把碗端到嘴边喝，汤太热时凉了以后再喝，不要一边吹一边喝。有的人吃饭时喜欢用劲咀嚼食物，特别是使劲咀嚼脆食物，发出很清晰的声音来，这种做法是不合礼仪要求的，特别是和众人一起进餐时，就要尽量防止出现这种现象。有的人喝汤时，也用嘴使劲吹，弄出嗦喽嗦喽的声音来，这也是不合乎礼仪要求的。

第三，进餐时不要打嗝，也不要出现其他声音，如果出现打喷嚏、肠鸣等不由自主的声响时，就要说一声“真不好意思”

思”、“对不起”、“请原谅”之类的话，以示歉意。

第四，如果要给客人或长辈布菜，最好用公用筷子，也可以把离客人或长辈远的菜肴送到他们跟前。按我们中华民族的习惯，菜是一个一个往上端的，如果同桌有领导、老人、客人的话，每当上来一个新菜时，就请他们先动筷子，或者轮流请他们先动筷子，以表示对他们的尊敬和重视。

第五，吃到鱼头、鱼刺、骨头等物时，不要往外面吐，也不要往地上扔，要慢慢用手拿到自己的碟子里，或放在紧靠自己的餐桌边，或放在事先准备好的纸上。

第六，要适时地抽空和左右的人聊几句风趣的话，以调和气氛。不要光低着头吃饭，不管别人，也不要狼吞虎咽地大吃一顿，更不要贪杯。

第七，最好不要在餐桌上剔牙，如果要剔牙时，就要用餐巾挡住自己的嘴巴。

第八，要明确此次进餐的主要任务。现在商海如潮涌，很多生意都是在餐桌上谈成的，所以要明确以谈生意为主，还是以联络感情为主，或是以吃饭为主。如果是前者，在安排座位时就要注意，把主要谈判人的座位相互靠近便于交谈或疏通情感；如果是后者，只需要注意一下常识性的礼节就行了。把重点放在欣赏菜肴上。

第九，最后离席时，必须要向主人表示感谢，或者就在此时邀请主人以后到自己家作客，以示回谢。

总之，和客人、长辈等众人一起进餐时，要使他们感到轻松、愉快、气氛和谐。我国古代就有所谓的站有站相，坐有坐相，吃有吃相，睡有睡相。这里说的进餐礼仪就是指吃相，要使吃相优雅，既符合礼仪的要求，也有利于我国饮食文化的继承和发展。

座位席次和料理的摆设一

一、中国料理大致上都使用圆桌。

二、圆桌离入口最远处是属于上座，接着就是主客的左边，再来是右边，依序而下。接近入口的座位是下座。

三、通常餐具也有固定的位子：

玻璃杯置于右侧。正面的内侧是放骨头和壳等残渣的容器。

使用旋转桌的注意事项一

一、旋转桌旋转的方向由主客向左转，即顺时针方向。

二、不可以把自己的餐具放在旋转桌上。

三、转动旋转桌时，要小心别太用力，也要注意旁边的餐具。

享用佳餚的注意事项一

一、不能用手拿着盘子。

二、尽量一道料理配一个专用的取用盘，以免使味道混淆。

三、用餐时，避免破坏佳餚上的整洁，需小心取用。

四、用面食时，用筷子挟面条，放在调羹中再享用，看起来比较优雅。

五、不可将装有面食的碗端起来直接喝，更不能发出声音。

六、喝茶时，若没有服务生，作东的主人要为所有客人倒茶，等茶叶沉下后，把杯盖稍微挪开再饮用。

用餐基本常识

- 一、提早预约餐厅。
- 二、接受他人邀请时，应尽早回覆。
- 三、进入餐厅时，需由侍者(领檯)带领入坐，不可冒然入位。
- 四、一般椅子是由左侧入座，而上位则是在离出口最远，能看清楚全场的安静位子。
- 五、点菜时，送上来的料理数目必需和用餐人数配合。
- 六、选择单点料理时，要依照套餐的顺序来点菜。
- 七、用餐时，补妆要到化妆室，避免在众人面前补妆。
- 八、事情必需在事前安排妥当，避免中途离席。
- 九、不可大声喧哗。用餐时，亦不可发出声音。
- 十、用餐速度宾主需互相配合。
- 十一、留意残留在杯子边缘的口红印。

迎石洽会文明礼仪常识（28）：餐桌上的礼仪

桌的距离保持得宜；在饭店用餐，应由服务生领台入座；离席时，应帮助隔座长者或女士拖拉座椅。

餐巾的使用。餐巾主要防止弄脏衣服，兼做擦嘴及手上的油渍；须等到大家坐定后，才可使用餐巾；餐巾应摊开后，放在双膝上端的大腿上，切勿系入腰带，或挂在西装领口；切忌用餐巾擦拭餐具。

入座后姿式端正，脚踏在本人座位下，手肘不得靠桌缘或把手放在邻座椅背上。用餐时须温文尔雅；在餐桌上不能只顾自己，也要关心别人，尤其要招呼两侧的女宾；口内有食物，应避免说话；自用餐具不可伸入公用餐盘夹取菜肴；必须小口进食，食物未咽下，不能再塞入口；取菜舀汤，应使用公筷公匙；食物带汁，不能匆忙送入口，否则汤汁滴在桌布上，极为不雅；要用牙签掏牙，并以手或手帕遮掩；喝酒宜随意，敬酒以礼到为止，切忌劝酒、猜拳；遇有意外，如不慎将酒、水、汤汁溅到他人衣服上，表示歉意即可，不必恐慌赔罪；如欲取用摆在同桌其他客人面前之调味品，应请邻座客人帮忙传递，不可伸手横越；如吃到不洁或异味，应将入口食物，轻巧地用拇指和食指取出，放入盘中。倘发现尚未吃食、仍在盘中的菜肴有昆虫和碎石，轻声告知侍者更换；主食进行中，不宜抽烟；倘系作客，不能抢付账。未征得朋友同意，亦不宜代友付账。

演讲稿成长篇三

今天，我演讲的题目是“践行礼仪，文明用餐”。荀子在《修身》篇中说：人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。可见，讲礼仪是中华民族的传统美德。这句话的意思是如果一个人不讲究礼仪、不遵守礼节，就难以在社会上生存下去，当然也不能赢得别人的尊重，办事情也不会成功，对于一个国家，如果没有礼仪规范作为言行的准则，那么这个国家就永远不会安宁。所以，讲礼仪是细节，它体现了一个人的素养；讲礼仪不是小事，它彰显着一个国家的文明程度。今天我仅就如何以实际行动践行进餐礼仪、做到文明进餐谈谈体会。

首先我想说的关键词是：安静。古人云：食不言，寝不语。从排队进餐厅、到排队打饭、入座就餐过程中我们都应该保持安静。吃完饭，我们应该尽量安静地收拾好餐具，安静地离开。进餐过程中都要做到“食不言”，不可高谈阔论。但

是往往可见这种情况，在打饭的时候乱哄哄的，没有安静排队。有时候值日老师笑话我们是“抢饭”，这一点希望我们全体同学从今天开始，做到盛饭的时候不挤不抢，不大声喧哗，展现我们仙源学校孝雅学子明礼行雅的风貌。

其次我想说的关键词是：雅行。我们仙源学子在“孝雅立德、礼乐育人”理念的教育熏陶之下，都明白了同学之间就是兄弟姐妹，同学们应该等同桌到齐之后开始进餐，这是明礼的表现。进餐时吃相要文雅，不要把嘴伸到盘子里吃，不可狼吞虎咽地吃，这样也不利于消化。还有一些同学吃饭时坐姿不雅，把腿翘起来，提到凳子上，还有的跪在凳子上，不好好坐着吃的同学。这些都是不雅的行为，应该杜绝。进餐完毕，我们应该从容有序地将餐具摆放到指定位置，然后有序回宿舍，而不是嘻嘻哈哈，追赶跑跳。

最后我想说的关键词是：光盘。提倡节约，杜绝浪费也是进餐礼仪的一项重要内容。朱子家训有云：一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。我们敬爱的周总理向来饮食清淡，每餐一荤一素，吃剩的饭菜，要留到下餐再吃，从不浪费一粒米，一片菜叶。总理吃完饭，总会夹起一片菜叶把碗底一抹，把饭汤吃干净，最后才把菜叶吃掉。吃饭时，偶尔掉在桌上一颗饭粒，马上拾起来吃掉。一个国家的总理都能做到如此，我们还有什么理由在进餐时不“光盘”呢？同学们，勤俭节约是中华民族的传统美德，再说，我们的同学正是长身体的时候，更要注重合理全面的营养吸收，决不能挑食厌食。所以我们一定要注重节约，坚持光盘行动。

明代大思想家颜元说：国尚礼则国昌；家尚礼则家大；身尚礼则身正；心尚礼则心泰。让我们从现在做起，共同努力，做到“践行礼仪，文明就餐”。

演讲稿成长篇四

来了日本，您一定会有机会品尝日本的生鱼片。吃生鱼片的

时候，稍不留意，就很容易把酱油溅在衣服上，所以难免让人觉得紧张。为了避免这种意外状况的发生，可以将调味盘拿至胸前，或以棉纸权充托盘。不过，将调味盘或棉纸一直拿到嘴边挨着的吃法，可就相当不雅了。另外还需要注意的一点是，生鱼片不可沾太多酱油。如果整块生鱼片都泡入酱油内，当然酱油很容易滴下，而酱油沾得过多，则会使生鱼片原味尽失。

吃生鱼片时芥末怎么用？吃生鱼片时使用芥末的方法有两种：

其一：将生鱼片盘中的芥末挖一些到酱油碟子内，与酱油搅拌均匀备用。

其二：将芥末沾到生鱼片上，再将生鱼片沾酱油入食。沾佐料时应该沾前三分之一，轻轻沾取，不要贪多，佐料多了会盖住生鱼片本身的鲜味。

在日本，公司的同僚或朋友很多人一起聚餐时，一般都会等大家一起举杯说过「干杯」之后才开始进餐。尤其是到了年底和年初的时候，日本人一般会很多人聚在一起开忘年会（年终联欢会）和新年会，一般到了这个季节，饭店里的「干杯」的声音就会此起彼伏。但是需要注意的是，日本人喝酒时所说的干杯只不过是一种习惯用语，并非真的要将杯中酒喝光。

在日本很多日式餐馆都设有榻榻米的客房，这样的客房是比较传统的日式客房。在进房间时，一般需要脱鞋。鞋的方法应该是将鞋头朝外放。其步骤为，首先面朝客房脱下鞋子，然后蹲坐在廊间，用手将鞋子拎起调头往内放，以免他人行走时不小心踢到。不可贪图方便，背对客房脱鞋，这样是不礼貌的。

进入包房后，一般离门口最远的位置为上座，上司或贵宾应该坐在这个位子。而职位或辈份比较低的人，则坐在离门口最近的地方。如果是正规的宴会的话，日本人一般都会事先

安排一名叫做「干事」的人来打点一切，当然最后也是由这个人负责交钱，这个人一般会坐在离门口最近的地方。

在饭店点菜时，有些饭店会在座位上准备按钮，只要一按服务生就会马上来。如果没有这样的按钮，您就要叫服务生了。这是您只要说「su mi ma sen(劳驾)」，服务生就回来给您点菜了。

在日本，居酒屋是日本上班族男女的下班后必去之处。居酒屋一般气氛比较轻松，而且价格便宜。在居酒屋用餐，如果您最开始点了酒类的话，一般服务生在给您上酒的同时，会给您上一小碟下酒的小菜。需要注意的是，这碟下酒小菜一般是收费的。其价格因店而异，一般在二、三百日元左右。虽然有些店只要客人要求是可以退掉的，但是这些小菜一般味道不错，而且菜单上没有，您不妨试试。

在中国，一般在别人请客时，如果您「不客气」的将桌上的菜一扫而光，主人一定会认为是菜不够吃，赶紧去加菜。而在日本却恰恰相反，如果您刻意剩下一些菜的话，主人则会担心是否饭菜不合口味。在日本，当别人请客时，最好还是不要剩菜。

吃饭或喝汤时，不可以将饭碗或汤碗放在桌上。要用手拿起碗进食。吃饭时不可以把嘴唇放在碗边，应该用筷子把饭挟起才放进口中，不过吃泡饭时例外。不可以用左手直接去拿放在右边的碗碟，应该用右手拿起后再换到左手。

大家一起吃饭时一般用公筷。不可以用筷子指手划脚或指着别人，也不可以在菜上「徘徊不定」。需要添饭时，不可把饭吃完，日本人习惯吃剩一点后才添饭。

一般饭店多使用卫生筷，不过比较正式的饭店所使用的，则是木纹清晰的杉木筷等高级品。在打开卫生筷时，要横着拿筷子，双手上下逐渐拉开。动作不可以太过夸张。还有，除

了极其简陋的筷子外，拉开后摩擦筷尖，是很不礼貌的。

取出筷子后，筷袋应纵排于食物左侧。筷子则横摆，用餐中途要将筷子放回筷枕，一样要横摆，筷子不能正对他人。筷子上如果沾有残余菜肴，可以餐巾纸将筷子擦干净，不可用口去舔筷子，十分不雅观。如果没有筷枕，可以将筷袋轻轻打个结，当作筷枕使用。用餐完毕后，要将筷子放入原来的筷袋后，摆回筷枕上。

演讲稿成长篇五

1. 斟酒方式

斟酒的方式有两种：桌斟和捧斟。桌斟是指客人的酒杯放在餐桌上，侍者持酒瓶向杯中斟酒。一般情况下，瓶口应在杯口上方2厘米左右处为宜，瓶口不宜沾贴杯口，以免有碍卫生或发出声响。捧斟适用于酒会，其方法是一手握瓶，一手将酒杯捧在手中，站在宾客的右侧，优雅、大方地向杯内斟酒。

2. 斟酒姿势

侍者在斟酒时，要站在每一个餐位的右侧，面向客人，右脚前，左脚后，呈“丁”字步站立，用右手握住酒瓶下半部和酒标背部，需要强调的是，必须把酒的正标显露出来，以便喝酒的人看到酒标。斟酒时需尽量伸直手臂，避免胳膊肘弯曲过大影响后面客人。

3. 斟多少酒？

红葡萄酒入杯均为1/3；

白葡萄酒入杯为2/3；

白兰地入杯为1/2；

香槟斟入杯中时，应先斟到1/3，待酒中泡沫消退后，再往杯中续斟至七分满即可。

4. 斟酒的顺序

斟酒时，应先斟一些给主人品尝，在主人表示满意后再为他人斟酒。我国的葡萄酒礼仪大体上遵照国际上的做法，但在服务的顺序上有所区别。在家宴中，我国一般遵循先长辈后小辈，先客人后主人的顺序。而在国际上，妇女则处于绝对的领先地位。侍者首先要给女主宾斟酒，然后依次给所有女性倒酒，随后再男性，最后才是主人。主人也可以给自己倒酒，但顺序依旧不变。不同的葡萄酒斟酒的顺序也是有讲究的，如先上酒质较轻的葡萄酒，后上酒质较重的葡萄酒；先上干葡萄酒，后上甜葡萄酒；先上新酒，后上老酒。

5. 斟酒的时机

在宴会开始前五分钟之内要将葡萄酒斟入每位宾客杯中。斟好酒后就可请客人入座。在宴会开始后，应在客人干杯后及时为客人添斟，每上一道新菜后同样需要添斟，客人杯中酒液不足时也要添斟。不过，当客人掩杯或者用手遮挡住杯口时，说明客人已不想喝酒，此时，则不应该再斟酒。

1作为客人

人们在为客人斟酒的同时，常说“满上满上”。这个满可不是满的溢出来，而是指满杯中的八成即可。斟酒不可太满，以八成为好。瓶口不可搭在酒杯上，间隔两公分为宜，免得彼此碰击。

2作为主人

作为主人，要首先为客人斟酒。斟酒时，应从第一主宾地位开端，按顺时针方向绕餐桌依次进行。酒瓶要当场翻开，酒杯

大小要一致。如在座的有年长者，或有长辈、远道来的客人或职务较高的同道，要先给他们斟酒。如不是这种情形，可按顺时针方向，顺次斟酒，酒需斟满，但不要溢出来。

作为客人，当主人为自己斟酒时，要起身或俯身，以手扶杯或欲扶状，以示恭顺。

3斟酒姿态

斟酒姿态要端正，站在客人身后右侧，右手拿斟酒瓶，身体不可紧贴客人，但也不要离得太远。

4酒瓶的持法

给每位客人斟酒，应手持酒瓶将商标朝宾客先示意一下，如客人有不喝并表示，应换其他酒。要留神瓶内酒量的多少，瓶内酒越少，出口速度越快，倒时容易冲出酒杯，所以要控制好酒瓶倾斜度。

5斟其他酒水

斟软饮料、啤酒，应该是八分满，且斟啤酒时泡沫不能溢出；白葡萄酒类一般斟6~7分满；红葡萄酒类一般斟5~6分满；白兰地、威士忌的酒，一般斟2~3分满；香槟酒斟6~7分满；中国红、白酒斟7~8分满。

演讲稿成长篇六

丹麦人一般很守时。建议开饭前15分钟内要到。

在餐厅吃饭，很多时候需要电话或者邮件预订；到了餐厅，保持耐心在门口等服务员领你去座位，丹麦人速度很慢但也别急忙往里面冲。

欧洲国家都很讲究在什么场合穿什么衣服(虽然丹麦人日常真的穿得很随便)。如果是大型商务酒会，请柬上一般会注明着装要求，建议按要求穿着合适的衣服。如果是小型家宴，那就整齐得体。

丹麦人个子高，握手铿锵有力才能显出您的气场。抱抱亲亲就免了，丹麦人那么高冷内敛。除非很熟的朋友，都不用到那步。

如果您是去丹麦人的家宴，鲜花、巧克力或者一瓶酒作为伴手礼会让客人觉得您真的很有礼貌。

如果您是到别人家中吃饭，男主人一般会坐长桌的一端，女主人坐他旁边的一个座位。客人静静地等主人安排座位最合适。如果您是大型商务酒会，您的位置一般会有名牌放置盘前。

丹麦的餐馆都非常安静的。说话不影响别人是教养，更不要拿手指指点点，这是极大的不礼貌哦。

右手刀，左手叉，交叉反面向上表示进食完毕

这是一个很节俭的民族，盘里有剩菜基本会被别人盯着看

丹麦晚宴可以很久。。。很久.....

如果是正式场合，请把手机调震动，接电话也先打个招呼然后移位接电话

演讲稿成长篇七

大家早上好！

1. 注意科学饮食。树立新的科学饮食养生观，改变饱腹、吃

好等不健康的饮食习惯，实现人与食物的和谐，从普通食物中摄取健康营养。

2. 合理消费。绿色消费，理性消费，按需订购，厉行节约，反对浪费，保证没有剩饭剩菜，吃不完打包不完。

3. 继承传统美德。中国是一个古老的文明，有着悠久的饮食文化。每个公民都要自觉继承“礼仪之邦”的美德，号召亲朋好友积极参与文明餐桌行动，积极营造温馨文明的用餐环境，享受“文明用餐、节俭、珍惜幸福”的快乐。

4. 提倡文明就餐。自觉遵守公共道德，不制造噪音，不在非吸烟场所吸烟，时刻关注他人用餐感受；注意用餐卫生，不要将宠物带入餐厅，不要随意污染用餐环境；低碳环保，使用“筷子勺子”，杜绝使用一次性筷子；开车不喝酒，酒后不开车。

希望大家都能这样，因为餐桌文明从我做起。

演讲稿成长篇八

如果是赴宴，主人一般都会事先安排好客人的座位。主宾或主宾夫妇会面对主人夫妇而坐。来到餐厅，一般长者或宾客先行，主人随后。正式宴会，晚辈要比长辈先到。入包厢后，主人或上司应坐在靠内离门口最远的地方，职位最基层的人，坐在靠近门口的地方，方便传菜或关门。私人聚会，由买单者坐在离门口近的地方。

就餐时，如果是我们常见的桌椅，那么得体地就坐即可。若是在日本的榻榻米用矮桌就餐必须要脱掉帽子、手套和鞋子，但可以穿袜子。日本人在坐榻榻米时会坐在座不团(日本人称为zabuton)上。正确的做法被称为正座，日语叫seiza[]需要你双膝并拢跪地，臀部压在根部上。这种坐法很正式。

比较轻松的做法有盘腿座(日语称为agura)和横座(日语称为yoko suwari)[]男性一般都是盘腿座，即把脚交叉在前面，臀部着地。女性则是横座，就是将双腿少许横向一侧，身体不压住双脚。

2. 用餐要说什么

看日剧的时候，有没有发现日本人在餐前以及餐后都要高声表达两种感受。用餐前要说“itadkimasu[]我开动了)”，意思是欣赏这顿饭食。用餐后要说“go-chiso-samadeshita(感谢您的款待)”，表达对主人的感激。

3. 餐桌须知

虽然日本和中国一样使用筷子吃饭，但与我们还是有所不同哦！在日本，筷子叫hashi[]是尖头筷，不是我们在国内使用的平头筷子。如何正确的使用筷子，这是日料餐桌礼仪的基础。

我们日常吃完饭习惯把筷子竖着放，但是日本人觉得竖着放筷子指人是对人的一种不尊重，切记哦！

4. 用酒

在就餐时，自斟自饮是很不礼貌的，所以在日本饮酒常去看看朋友的杯子，适时为他们斟酒。喝酒前大家通常说这“干杯[]kanpai[]”[]然后举杯共饮。这个时候应该避免讲中国话“请，请”。

5. 用餐顺序

日本人的一餐饭食通常包括一碗饭、一碗味增汤、两三道菜肴。配菜越多则越显正式和体面。看着一桌子的美味，从哪里开始品尝呢?用餐的正确顺序是：首先小口喝热汤，然后按

照上菜顺序开始品尝菜肴。但如果菜肴很多，或者是一起上菜的，那么对于吃菜的顺序并没有要求。但是就算你对哪一道菜肴特别欣赏，也不要只集中吃一道菜，有一个顺序循环品尝每道菜肴，让每道菜都比例均等。

6. 吃面

如果只是简单的去吃一碗拉面，吃面时可以有节奏的吸食，发出享受的呼呼声。这个时候千万不要害怕被妈妈骂没礼貌。在日本，吃面时大声把面吸入口中，表示面条很美味，这是对厨师的尊重。

演讲稿成长篇九

就餐前：

餐桌上都不应该戴帽子，在白天拜访时女士专用的帽子例外。在正式的宴会中，男士们须站在自己的座位后面，等女士们都坐下以后，才能坐下。

在开始吃饭前，主人要做饭前的谢饭祷告，这在美国的家庭里是很普遍的，客人应该加入这个谢饭的祷告，至少要在祷告的时候保持安静以示尊敬。如果被邀请的客人有不同的信仰，主人的谢饭祷告不应该包括深奥的宗教仪式。

一般要等到每一个人都拿到食物以后，大家一起开始吃。在别人还没有拿到食物以前，不应该擅自开始先吃，除非那些还没有拿到食物的人士请你不要等候，你才可以先吃。餐巾是放在膝盖上的，在正式的宴会中，客人要等主人把他(她)的餐巾放到膝盖上之后，才把自己的餐巾放上。

在正式的宴会上，食物应该同时送到餐桌上的每一位，但还是要等主人拿起餐具之后客人才能拿起餐具进餐。如果你不能吃某些食品，最好不要让主人为你另外再增添你要吃的食

品。

进餐时的礼仪：

在家庭式的用餐中常常是把一盘菜传到各位的面前，有时由主人把菜拿到客人面前，稍微讲究一点的会有佣人把菜呈到客人面前。如果是传的话，你要按其他盘子传的同方向把菜传给下一位。当你拿到传过来的菜盘子，你可以从中取菜。在取的时候，不要取超过餐桌上人数比例的量，这样的话餐桌上的每一个人都能得到一份。如果你不想吃传过来的菜，那就把它递给下一位，但是千万不要解释你为什么不吃或者做什么评论。如果是有人把菜盘子端给你，他会问你是否需要，你可以简单地回答“是的，请给一些”或者“谢谢，我不需要”。

当为进餐人士服务的时候，上菜都是从进餐者的左边放到他(她)的前面；而撤盘子的时候，都是从进餐者的右边拿走。但是对于饮料，可以从左右的任何一方呈上和撤离。在喝汤的时候，用汤匙由靠近你的一处开始，向远离你的方向打汤。不要把整个汤匙放入嘴里来喝汤，而是在汤匙的边上喝汤。如果汤碗里只剩一点儿汤，你可以用不拿汤匙的手把汤碗靠近你的一边略略提起，这将使你比较容易把余下的汤流入你的汤匙。

如果光用叉子把食物叉起来有困难的话，可以用一小片面包或者餐刀帮忙，但是千万不要直接用手。按美国人的习惯，你不一定要吃餐桌上所有的菜，而且到最后你盘子里的菜没有吃完，也不是不礼貌的。不要询问别人为什么不吃某个菜，或者询问别人为什么不把菜吃完。

不要对餐桌上的菜进行批评，也不应该对菜的分量多少进行品头论足。吃东西的时候要闭上嘴。不要在吃东西的时候发出声音，嘴里有食物的时候也不要讲话；在吃的时候也不该有不应有的声音发出来。当你需要离开餐桌的时候，只要

说“对不起”或者“对不起，我得离开一下”就可以。不要详细解释为什么要离开的原因，更不要说“我要上厕所”之类的话语。

不要大声说话，好像非要全桌的人都必须听你似的；要让其他人也有说话的机会。千万不要在餐桌上擤鼻子或者吐痰。如果你必须做这些，你得先离开餐桌，在隐秘的地方进行。在餐桌上不该打饱嗝儿、咳嗽、打哈欠和打喷嚏之类。万一你做，赶快向大家表示歉意，说“对不起”。

坐在餐椅上，不可以没精打采、装聋作哑的样子，也不可把椅子向后倾斜，翘椅子坐。不可以玩弄食物或者餐具；更不能拿着餐具手舞足蹈地讲话，不能拿餐具指人。你可以把你手肘以下的部分放在餐桌上，但是不可把手肘放在餐桌上。

餐桌上不可使用手机讲话或者收发短讯，也不该看书和听随身听。只有在早餐的时候可以看报。如果有什么紧急的事必须通话，那也必须先向全桌的人打个招呼，然后离开餐桌才接电话，以免你的讲话影响大家。

如果有些放到嘴里的东西必须拿出来的话，你必须按照：用什么方式放入嘴的，也用同样的方式拿出来。只有鱼刺可以用手拿出来。在没有把你自己盘子里的那一份吃完以前，不可以要更多同样的菜。在正式宴会中，男士们在女士进入和离开餐桌的时候都应该起立。

食用水果、甜点

(1). 蛋糕及派、饼，用叉取食，较硬者用刀切割后，用叉取食。

(2). 冰淇淋、布丁等，用匙取食。硬饼干小块的，用手取食。

(3). 粒状水果如葡萄，可用手抓来吃。如需吐籽，应吐于掌

中再放在碟里。

(4). 多汁的水果如西瓜、柚子等，应用匙取食。

(5). 西餐在吃完水果时，常上洗手钵(fingerbowl)所盛的水，供洗手用。只用来洗手指。勿将整个手伸进去。

喝咖啡及茶的礼仪

咖啡及茶中单宁酸可帮助消化。喝咖啡时，用食指和拇指端起来喝，不须端起咖啡底盘，勿以咖啡匙舀起咖啡，尝是否够甜。

演讲稿成长篇十

大家好！

今天我给大家讲话的主题是“文明餐桌上的礼仪”。

一、传承传统美德。我们每个人都要自觉做到传承“礼仪之邦”的美德，号召大家踊跃参与到文明餐桌行动中来积极打造温馨、文明的就餐环境，享受“文明用餐、节俭惜福”的快乐。

二、做到合理消费。绿色消费理性消费按需点菜厉行节约，反对浪费，做到不剩饭不剩菜吃不完就打包。在校外也如此克服为了崩面子点菜浪费的情况。

三、倡导文明用餐。自觉遵守公共道德规范，不肆意喧哗，注意他人的用餐感受，讲究用餐卫生，不带宠物进餐厅不随意造成用餐环境污染，低碳环保，使用“公筷公勺”尽量杜绝使用一次性筷子提醒家人开车不喝酒酒后不驾车。

四、讲究科学饮食。树立科学的饮食养生新理念，改变不良

的饮食习惯，从寻常食物中吃出健康和营养。

五、牢记就餐礼仪。排队等候、不插队、一人一位、不占位、不代人打饭、基本上代人打饭就是变相的插队。言语文明不粗鲁，安静就餐、不喧闹、残渣入盘、不乱吐、珍惜食物、不浪费。

同学们让我们身体力行与文明握手、与陋习告别，树立文明、理性、健康、安全的生活方式，欢迎大家积极参与学校的餐桌文明行动。

谢谢大家！